

# **PROGRAMME DE FORMATION PERMIS C**

## **Mise au point sur la réglementation autour de la conduite d'un poids lourd**

- Les normes techniques
- Les règles de circulation
- Les équipements du véhicule
- La réglementation autour du conducteur

## **Appréhender les règles de sécurité dans la conduite d'un poids lourd**

- La préparation d'un transport de marchandises
- Le chargement / La surface
- Les conducteurs débutants
- La notion de double équipage
- Les règles d'hygiène et de consommation
  - L'alcool au volant
  - La prise de médicaments
  - Les règles d'hygiène et de sécurité
- Identifier les réactions d'un véhicule
  - La vitesse
  - Le freinage
  - Le centre de gravité, la force centrifuge et le ballant
- Les particularités de la conduite d'un poids lourd
  - La conduite en montagne ou en zones accidentées
  - Le dépassement - Les angles morts - le porte à faux
  - Les passages à niveau - ponts - tunnels - ouvrage d'art - plantations
- Les fondamentaux de la conduite d'un véhicule
  - La notion d'anticipation
  - La conduite dans des conditions difficiles
  - Les situations d'urgence
- Le stationnement d'un poids lourd
- La pollution des véhicules
- Comportement en présence d'un accident
- L'assurance du véhicule

## **Distinguer les principes fondamentaux à connaître en mécanique**

- Le châssis - La chaîne cinématique (transmission)
- Le moteur diesel - Le circuit d'alimentation - Les filtres - le gazole en hiver
- Le turbo compresseur - Le graissage - Le refroidissement
- La direction - L'embrayage - La boîte de vitesses
- Le pont/Le différentiel/ Le demi arbres de roue - Le circuit de freinages : Les différents dispositifs
- Les réglementations du freinage - Les systèmes de freinage anti-bloquants - Les dispositifs ralentisseurs
- La suspension - Les pneumatiques: creusage/ rechapage / montage - Les pneumatiques: rôle et entretien - Le circuit
- Préparation aux questions orales/écrites
- Préparation aux vérifications de sécurité

## **Exercices de conduite**

- Adaptation aux véhicules
- Adaptation à l'environnement
- Maniabilité (marches avant, arrière, changement de file ...)
- Conduite sur route et en agglomération
- Vérifications courantes de sécurité